

**МЕНЮ НА 6 МАРТА ГИМНАЗИЯ**

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
75	<b>Котлета рубленая из птицы(филе кур.) 75</b>	Калорийность-231,94, Белки-12,5, Жиры-15,14, Углеводы-11,37	59-55
150	<b>Макароны отварные 150</b>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	16-41
200	<b>Напиток брусничный</b>	Калорийность-91,3, Белки-0,18, Жиры-0,13, Углеводы-22,01	20-46
36	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-94,32, Белки-2,7, Жиры-1,04, Углеводы-18,5	7-58
<b>Итого за Завтрак</b>			
<b>Завтрак льготный</b>			
15	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99	20-94
75	<b>Котлета рубленая из птицы(филе кур.) 75</b>	Калорийность-231,94, Белки-12,5, Жиры-15,14, Углеводы-11,37	59-55
150	<b>Макароны отварные 150</b>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	16-41
200	<b>Напиток брусничный</b>	Калорийность-91,3, Белки-0,18, Жиры-0,13, Углеводы-22,01	20-46
17	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-39,95, Белки-1,29, Жиры-0,14, Углеводы-8,36	2-64
<b>Итого за Завтрак льготный</b>			
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	120-00

**МЕНЮ НА 6 МАРТА ГИМНАЗИЯ**

<b>Обед</b>			
250/2	<b>Суп из овощей с зеленью</b>	Калорийность-87,22, Белки-1,68, Жиры-4,55, Углеводы-10,02	18-28
38/25	<b>Колбаски "По - домашнему" 38/25</b>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96	51-97
100	<b>Капуста тушеная 100</b>	Калорийность-50,92, Белки-0,53, Жиры-2,92, Углеводы-5,51	19-61
35	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-3,85, Белки-0,25, Жиры-0,04	11-60
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
34	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-78,88, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8	4-71
<b>Итого за Обед</b>			
<b>Обед льготный</b>			
250/2/2	<b>Суп из овощей с мясом (филе), зеленью</b>	Калорийность-158,81, Белки-5,63, Жиры-10,09, Углеводы-11,23	37-75
38/25	<b>Колбаски "По - домашнему" 38/25</b>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96	51-97
100	<b>Капуста тушеная 100</b>	Калорийность-50,92, Белки-0,53, Жиры-2,92, Углеводы-5,51	19-61
35	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-3,85, Белки-0,25, Жиры-0,04	11-60
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
38	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-88,16, Белки-2,13, Жиры-0,42, Углеводы-18,77	5-24
<b>Итого за Обед льготный</b>			
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	130-00

**МЕНЮ НА 6 МАРТА ГИМНАЗИЯ**

<b>Сотрудники</b>			
100	<b>Салат из кваш. капусты с зел. луком</b>	Калорийность-86,33, Белки-1,64, Жиры-5,1, Углеводы-7,87	44-42
100	<b>Салат из пекинской капусты с перцем сладким</b>	Калорийность-80,3, Белки-1,08, Жиры-5,17, Углеводы-7,13	33-51
250/20/2	<b>Суп из овощей с мясом (филе), зеленью</b>	Калорийность-164,65, Белки-5,84, Жиры-10,46, Углеводы-11,64	39-14
75/20	<b>Печень тушеная с луком</b>	Калорийность-316,73, Белки-20,35, Жиры-23,9, Углеводы-5,14	76-33
50	<b>Рыба жареная (треска)</b>	Калорийность-96,37, Белки-9,92, Жиры-5,39, Углеводы-2,1	99-75
80	<b>Филе куриное " Забав "</b>	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20,53, Углеводы-3,39	69-35
76/50	<b>Колбаски "По - домашнему" "</b>	Калорийность-408,79, Белки-12,92, Жиры-36,1, Углеводы-7,92	104-53
150	<b>Макароны отварные 150</b>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	16-41
150	<b>Пюре картофельное 150</b>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	27-40
200	<b>Напиток брусничный</b>	Калорийность-91,3, Белки-0,18, Жиры-0,13, Углеводы-22,01	20-46
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-66
7	<b>Лимон порц.</b>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	1-83
0,5	<b>Вода мин. Карельская жемчужина 0,5л.</b>		41-79
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	34-65
200	<b>Напиток фруктовый 0.2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	30-63
100	<b>Пицца школьная с колбасой</b>	Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11,68, Углеводы-32,13	51-12
52/50	<b>Сосиска в тесте запеченная</b>	Калорийность-303,32, Белки-10,65, Жиры-15,85, Углеводы-29,53	37-91
75	<b>Ватрушка "Осенняя" с брусничкой</b>	Калорийность-207,57, Белки-4,94, Жиры-2,68, Углеводы-41	36-34
75/2	<b>Плюшка с маком и сахарной пудрой</b>	Калорийность-291,14, Белки-6,78, Жиры-8,55, Углеводы-44,92	33-18
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	4-62
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	4-20
30	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	6-30
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575917

Владелец Осипенко Ирина Валентиновна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023